



ООО "Комбинат школьного питания"

МБОУ Школа № 139 г.о.Самара с 7 до 11 лет
Меню дневного рациона на 08.06.2026

Утверждаю:

Генеральный директор

ООО "КШП"

[Signature]



И.Аврикшина

Согласовано:

Директор МБОУ Школы г.о.Самара

[Signature]



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

20	Сыр порционно.	ккал-69, Белки-5, Жиры-5
200/10	Каша Дружба вязкая молочная с маслом сливочным.	ккал-247, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-33
200/10	Чай с яблоками и сахаром.	ккал-49, Углеводы-12
60	Батон пшеничный.	ккал-208, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30
500	Итого за Завтрак	ккал-574, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-75

Обед

250/1	Суп картофельный с горохом и зеленью.	ккал-131, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-18
255	Шашлычок куриный с отварным картофелем и свежим огурцом	ккал-213, Белки-19, Жиры-7, Углеводы-19
200	Напиток из плодов шиповника.	ккал-100, Белки-1, Углеводы-24
60	Хлеб пшеничный	ккал-195, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-29
30	Хлеб ржаной.	ккал-90, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-13
796	Итого за Обед	ккал-728, Белки-37, Жиры-18, Углеводы-103

Полдник

100	Ватрушка с повидлом.	ккал-319, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-65
200	Сок в ассортименте	ккал-136, Белки-1, Углеводы-33
300	Итого за Полдник	ккал-455, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-97

Итого за день ккал-1 757, Белки-64, Жиры-45, Углеводы-276 **296-28**

Зав. производством

[Signature]

Макарова Е.Е.

Бухгалтер -
калькулятор

[Signature]

Брюнчугина Е.Н.